



МЕНЮ

2 апреля 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	417	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С ФРУКТАМИ	130	4,3	4,4	16,9	126	1,2
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,8	1,4	9,5	58	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	35/5/9	5	3,9	17,5	126	0
Итого			359	11,1	9,7	44	310	1,2
II Завтрак								
2008	434	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	100	2,9	2,5	4	53	0,3
Итого			100	2,9	2,5	4	53	0,3
Обед								
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,5	0,2	9,8	47	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,2	0,3	11,2	53	0
2012	50	САЛАТ "ОКЕАН" С КАЛЬМАРАМИ	40	11,5	8,4	2,1	130	0
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ СВЕЖЕЙ, С МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ	180/5/6	3,5	4,1	8,6	87	6,2
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	110	3,8	2,8	22,9	133	2,2
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	55	12,5	10,8	0,2	149	0,7
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ	180	0,1	0,1	15	62	0
Итого			611	34,1	26,7	69,8	661	9,1
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,6	7,4	31	209	0
2012	375	КОМПОТ ИЗ ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ	180	0,1	0,6	6,5	28	8,6
Итого			230	4,7	8	36,5	237	8,6
Ужин								
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,9	0,2	12,3	59	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,2	0,3	11,2	53	0
2012		КУКУРУЗА С ЯЙЦОМ	40	2,7	5,6	4,4	79	0
2008	351	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	150	7,8	12,4	9,8	184	12,1
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,3	0,1	5,7	24	0
2008		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	95	1,4	0,5	20	92	9,5
Итого			505	15,3	19,1	63,4	491	21,6
Всего				68,1	66	217,7	1752	40,1

Мл.воспитатель _____

T.V. Ишкина



МЕНЮ

2 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	417	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С ФРУКТАМИ	200	6,6	6,7	26	192	1,9
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,7	1,4	5,5	53	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	50/5/13	3,9	3,9	16	111	0
Итого			468	12,2	12	49,5	356	1,9
II Завтрак								
2008	434	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	130	3,8	3,3	5,2	69	0,4
Итого			130	3,8	3,3	5,2	69	0,4
Обед								
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,1	0,1	7,4	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1	0,2	9	42	0
2012	50	САЛАТ "ОКЕАН" С КАЛЬМАРАМИ	60	7,7	5,6	1,4	87	0
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ СВЕЖЕЙ, С МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ	200/6/7	3,9	4,4	9,3	96	6,6
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	150	5,1	3,8	30,9	179	2,7
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	70	15,8	13,6	0,4	188	0,8
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ	200	0,1	0,1	12,1	51	0
Итого			738	34,7	27,8	70,5	678	10,1
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,9	10,3	34,2	247	0,1
2012	375	КОМПОТ ИЗ ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ	200	0,1		5,2	21	0
Итого			260	5	10,3	39,4	268	0,1
Ужин								
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,5	0,2	9,8	47	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1	0,2	9	42	0
2012		КУКУРУЗА С ЯЙЦОМ	60	1,8	3,8	2,9	53	0
2008	351	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	200	10,8	17,1	14,8	257	17,1
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,2	0,1	4,7	20	0
2008		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			610	16,8	21,9	62,2	515	27,1
Всего				72,5	75,3	226,8	1886	39,6

Мл. воспитатель _____

Т.В. Ишкина